2.076 Nátierka z tuniaka so syrom
l00 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, 1, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
maslo	0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20	1,60	1,60
tavený syr	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20
tuniak v oleji	0,50	0,50	0,60	0,60	0,70	0,70	0,85	0,85
citrón	0,30	0,12	0,40	0,16	0,40	0,16	0,50	0,20
cibuľa	0,30	0,25	0,40	0,34	0,50	0,42	0,60	0,50
soľ	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05
hmotnosť porcie v g	20		26		32		40	

Výrobný postup

Maslo vyšľaháme s taveným syrom, pridáme tuniaka, očistenú na jemno pokrájanú cibuľu, soľ, citrónovú šťavu a vyšľaháme.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	348	84	2,04	8,3	0,0	0,3	0,1	38,1	0,0	0,062	0,0	0,0	0,4	0,0
B	439	105	2,58	10,4	0,0	0,5	0,1	50,7	0,1	0,079	0,0	0,0	0,5	0,0
C	529	127	3,13	12,6	0,0	0,6	0,1	63,3	0,1	0,096	0,0	0,1	0,6	0,0
D	685	164	3,78	16,4	0,0	0,7	0,1	76,3	0,1	0,123	0,0	0,1	0,7	0,0